

中国古籍整理丛书

女科
29

国家中医药管理局
中医药古籍保护与利用能力建设项目

祈嗣真詮

明·袁黄著
林姗姗校注



中国古医籍整理丛书

祈嗣真詮

明·袁黄 著

林 珊 校注

中国中医药出版社

项目专家组

顾问	马继兴	张灿珥	李经纬		
组长	余瀛鳌				
成员	李致忠	钱超尘	段逸山	严世芸	鲁兆麟
	郑金生	林端宜	欧阳兵	高文柱	柳长华
	王振国	王旭东	崔 蒙	严季澜	黄龙祥
	陈勇毅	张志清			

项目办公室（组织工作委员会办公室）

主任	王振国	王思成			
副主任	王振宇	刘群峰	陈榕虎	杨振宁	朱毓梅
	刘更生	华中健			
成员	陈丽娜	邱 岳	王 庆	王 鹏	王春燕
	郭瑞华	宋咏梅	周 扬	范 磊	张永泰
	罗海鹰	王 爽	王 捷	贺晓路	熊智波
秘书	张丰聪				

前 言

中医药古籍是传承中华优秀传统文化的重要载体，也是中医学传承数千年的知识宝库，凝聚着中华民族特有的精神价值、思维方法、生命理论和医疗经验，不仅对于传承中医学术具有重要的历史价值，更是现代中医药科技创新和学术进步的源头和根基。保护和利用好中医药古籍，是弘扬中国优秀传统文化、传承中医学术的必由之路，事关中医药事业发展全局。

1949 年以来，在政府的大力支持和推动下，开展了系统的中医药古籍整理研究。1958 年，国务院科学规划委员会古籍整理出版规划小组在北京成立，负责指导全国的古籍整理出版工作。1982 年，国务院古籍整理出版规划小组召开全国古籍整理出版规划会议，制定了《古籍整理出版规划（1982—1990）》，卫生部先后下达了两批 200 余种中医古籍整理任务，掀起了中医古籍整理研究的新高潮，对中医文化与学术的弘扬、传承和发展，发挥了极其重要的作用，产生了不可估量的深远影响。

2007 年《国务院办公厅关于进一步加强古籍保护工作的意见》明确提出进一步加强古籍整理、出版和研究利用，以及

“保护为主、抢救第一、合理利用、加强管理”的方针。2009年《国务院关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》指出，要“开展中医药古籍普查登记，建立综合信息数据库和珍贵古籍名录，加强整理、出版、研究和利用”。《中医药创新发展规划纲要（2006—2020）》强调继承与创新并重，推动中医药传承与创新发展。

2003～2010年，国家财政多次立项支持中国中医科学院开展针对性中医药古籍抢救保护工作，在中国中医科学院图书馆设立全国唯一的行业古籍保护中心，影印抢救濒危珍本、孤本中医古籍1640余种；整理发布《中国中医古籍总目》；遴选351种孤本收入《中医古籍孤本大全》影印出版；开展了海外中医古籍目录调研和孤本回归工作，收集了11个国家和2个地区137个图书馆的240余种书目，基本摸清流失海外的中医古籍现状，确定国内失传的中医药古籍共有220种，复制出版海外所藏中医药古籍133种。2010年，国家财政部、国家中医药管理局设立“中医药古籍保护与利用能力建设项目”，资助整理400余种中医药古籍，并着眼于加强中医药古籍保护和研究机构建设，培养中医古籍整理研究的后备人才，全面提高中医药古籍保护与利用能力。

在此，国家中医药管理局成立了中医药古籍保护和利用专家组和项目办公室，专家组负责项目指导、咨询、质量把关，项目办公室负责实施过程的统筹协调。专家组成员对古籍整理研究具有丰富的经验，有的专家从事古籍整理研究长达70余年，深知中医药古籍整理研究的重要性、艰巨性与复杂性，履行职责认真务实。专家组从书目确定、版本选择、点校、注释等各方面，为项目实施提供了强有力的专业指导。老一辈专家

的学术水平和智慧，是项目成功的重要保证。项目承担单位山东中医药大学、南京中医药大学、上海中医药大学、福建中医药大学、浙江省中医药研究院、陕西省中医药研究院、河南省中医药研究院、辽宁中医药大学、成都中医药大学及所在省市中医药管理部门精心组织，充分发挥区域间互补协作的优势，并得到承担项目出版工作的中国中医药出版社大力配合，全面推进中医药古籍保护与利用网络体系的构建和人才队伍建设，使一批有志于中医学术传承与古籍整理工作的人才凝聚在一起，研究队伍日益壮大，研究水平不断提高。

本着“抢救、保护、发掘、利用”的理念，该项目重点选择近60年未曾出版的重要古医籍，综合考虑所选古籍的保护价值、学术价值和实用价值。400余种中医药古籍涵盖了医经、基础理论、诊法、伤寒金匱、温病、本草、方书、内科、外科、女科、儿科、伤科、眼科、咽喉口齿、针灸推拿、养生、医案医话医论、医史、临证综合等门类，跨越唐、宋、金元、明以迄清末。全部古籍均按照项目办公室组织完成的行业标准《中医古籍整理规范》及《中医药古籍整理细则》进行整理校注，绝大多数中医药古籍是第一次校注出版，一批孤本、稿本、抄本更是首次整理面世。对一些重要学术问题的研究成果，则集中收录于各书的“校注说明”或“校注后记”中。

“既出书又出人”是本项目追求的目标。近年来，中医药古籍整理工作形势严峻，老一辈逐渐退出，新一代普遍存在整理研究古籍的经验不足、专业思想不坚定等问题，使中医古籍整理面临人才流失严重、青黄不接的局面。通过本项目实施，搭建平台，完善机制，培养队伍，提升能力，经过近5年的建设，锻炼了一批优秀人才，老中青三代齐聚一堂，有效地稳定

了研究队伍，为中医药古籍整理工作的开展和中医文化与学术的传承提供必备的知识 and 人才储备。

本项目的实施与《中国古医籍整理丛书》的出版，对于加强中医药古籍文献研究队伍建设、建立古籍研究平台，提高古籍整理水平均具有积极的推动作用，对弘扬我国优秀传统文化，推进中医药继承创新，进一步发挥中医药服务民众的养生保健与防病治病作用将产生深远影响。

第九届、第十届全国人大常委会副委员长许嘉璐先生，国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长、中华中医药学会会长王国强先生，我国著名医史文献专家、中国中医科学院马继兴先生在百忙之中为丛书作序，我们深表敬意和感谢。

由于参与校注整理工作的人员较多，水平不一，诸多方面尚未臻完善，希望专家、读者不吝赐教。

国家中医药管理局中医药古籍保护与利用能力建设项目办公室

二〇一四年十二月

许序

“中医”之名立，迄今不逾百年，所以冠以“中”字者，以别于“洋”与“西”也。慎思之，明辨之，斯名之出，无奈耳，或亦时人不甘泯没而特标其犹在之举也。

前此，祖传医术（今世方称为“学”）绵延数千载，救民无数；华夏屡遭时疫，皆仰之以度困厄。中华民族之未如印第安遭染殖民者所携疾病而族灭者，中医之功也。

医兴则国兴，国强则医强。百年运衰，岂但国土肢解，五千年文明亦不得全，非遭泯灭，即蒙冤扭曲。西方医学以其捷便速效，始则为传教之利器，继则以“科学”之冕畅行于中华。中医虽为内外所夹击，斥之为蒙昧，为伪医，然四亿同胞衣食不保，得获西医之益者甚寡，中医犹为人民之所赖。虽然，中国医学日益陵替，乃不可免，势使之然也。呜呼！覆巢之下安有完卵？

嗣后，国家新生，中医旋即得以重振，与西医并举，探寻结合之路。今也，中华诸多文化，自民俗、礼仪、工艺、戏曲、历史、文学，以至伦理、信仰，皆渐复起，中国医学之兴乃属必然。

今复有“中医药古籍保护与利用能力建设”之工程，集九省市专家，历经五载，整理出版自唐迄清医籍，都400余种，凡中医之基础医理、伤寒、温病及各种诊治、医案医话、推拿本草，俱涵盖之。

噫！璐既知此，能不胜其悦乎？汇集刻印医籍，自古有之，然孰与今世之盛且精也！自今而后，中国医家及患者，得览斯典，当于前人益敬而畏之矣。中华民族之屡经灾难而益蕃，乃至未来之永续，岂独之也，且今以往已可不后出转精乎？典籍既蜂出矣，余则有望于来者。

渚序。

第九届、十届全国人大常委会副委员长

许嘉璐

二〇一四年冬

王序

中医学是中华民族在长期生产生活实践中，在与疾病作斗争中逐步形成并不断丰富发展的医学科学，是中国古代科学的瑰宝，为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献，对世界文明进步产生了积极影响。时至今日，中医学作为我国医学的特色和重要医药卫生资源，与西医学相互补充、相互促进、协调发展，共同担负着维护和促进人民健康的任务，已成为我国医药卫生事业的重要特征和显著优势。

中医药古籍在存世的中华古籍中占有相当重要的比重，不仅是中医学学术传承数千年最为重要的知识载体，也是中医为中华民族繁衍昌盛发挥重要作用的历史见证。中医药典籍不仅承载着中医的学术经验，而且蕴含着中华民族优秀的思想文化，凝聚着中华民族的聪明智慧，是祖先留给我们的宝贵物质财富和精神财富。加强对中医药古籍的保护与利用，既是中医学发展的需要，也是传承中华文化的迫切要求，更是历史赋予我们的责任。

2010年，国家中医药管理局启动了中医药古籍保护与利用

能力建设项目。这就是传承中医药的重要工程，也是弘扬优秀传统文化的重要举措，不仅能够全面推进中医药的有效继承和创新发展，为维护人民健康做出贡献，也能够彰显中华民族的璀璨文化，为实现中华民族伟大复兴的中国梦作出贡献。

相信这项工作一定能造福当今、嘉惠后世、福泽绵长。

国家卫生与计划生育委员会副主任

国家中医药管理局局长

中华中医药学会会长

王陇德

二〇一四年十二月

马序

新中国成立以来，党和国家高度重视中医药事业发展，重视古籍的保护、整理和研究工作。自1958年始，国务院先后成立了一届古籍整理出版规划小组，分别由齐燕铭、李一氓、任继愈担任组长，主持制订了《整理和出版古籍十年规划（1962—1972）》《古籍整理出版规划（1982—1990）》《中国古籍整理出版十年规划和“八五”计划（1991—2000）》等，而第一次规划中医药古籍整理即纳入其中。1982年9月，卫生部下发《1982—1990年中医古籍整理出版规划》，1983年1月，中医古籍整理出版办公室正式成立，保证了中医古籍整理出版规划的实施。2002年2月，《国家古籍整理出版“十五”（2001—2005）重点规划》经新闻出版署和全国古籍整理出版规划领导小组批准，颁布实施。其后，又陆续制定了国家古籍整理出版“十一五”和“十二五”重点规划。国家财政多次立项支持中国中医科学院开展针对中医古籍抢救保护工作，文化部在中国中医科学院图书馆专门设立全国唯一的行业古籍保护中心，国家先后投入中医药古籍保护专项经费超过3000万。

元，影印抢救濒危珍、善、孤本中医古籍 1640 余种，开展了海外中医古籍目录调研和孤本回归工作。2010 年，国家财政部、国家中医药管理局安排国家公共卫生专项资金，设立了“中医古籍保护与利用能力建设项目”，这是继 1982～1986 年第一批、第二批重要中医古籍整理之后的又一次大规模古籍整理工程，重点整理新中国成立后未予出版的重要古籍，目标是形成并普及规范的通行本、传世本。

为保证项目的顺利实施，项目组特别成立了专家组，承担咨询和技术指导，以及古籍出版之前的审定工作。专家组中的许多成员虽年古稀之年，但老当益壮，孜孜不倦，不仅对项目进行宏观指导和质量把关，更重要的是通过古籍整理，以老带新、言传身教，培养一批中医古籍整理研究的后备人才，促进了中医古籍保护和研究机构建设，全面提升了我国中医古籍保护与利用能力。

作为项目组成员之一，我深感中医古籍保护、抢救与整理工作的重要性和紧迫性，也深知传承中医古籍整理经验任重而道远。令人欣慰的是，在项目实施过程中，我看到了老中青一代的紧密衔接，看到了大家的坚持和努力，看到了年轻一代的成长。相信中医古籍整理工作的将来会越来越美好，中医药学的发展会越来越好。

欣喜之余，以是为序。

中国中医科学院研究员

马继兴

二〇一四年十二月

中，慎斋本虽删去《自序》篇绝大部分内容，然其经王珣、钱大昕等人校勘补充，内容精详；而光绪本所依底本为万历丁辰（1592）周海隆刻本，颇有参考价值，故将二者同列为校本。此外，国清抄本删节颇多，《自序》本又是据善秘笈本重修而成，故皆不作为校本。

关于本次校注整理的几点说明：

1. 本次校注整理，以善秘笈本为底本，以余氏本、慎斋本、光绪本为校本，他校均以本书所引著作之通行本为校本。
2. 全书统一使用简化字标注，按内容分段，并采用现代标点方法，对原书进行重新句读。
3. 文中校注置于同页下文，其序号统一采用1、2、3等阿拉伯数字，每页重新编号；校记与注释统一编排。
4. 凡底本中因刻写致误的明显错别字，予以径改，不出校记。
5. 底本中的异体字、古今字、俗写字，统一以规范简体字律齐，不出校记；通假字则一律保留，并出校记说明。
6. 书中同一个字多次校改者，在首见处出校记并注明“下同”，余者不出校记。
7. 书中插图据底本原图复制编排复制。
8. 底本书名原题《陈眉公订正祈嗣真论》，今改为《祈嗣真论》。
9. 底本无目录，此次校注为方便读者查阅，据底本正文各篇篇名提取编排目录。
10. 底本无序言，其他各本皆录明万历庚寅袁黄门人韩初命所作之序，此次校注据余氏本补入。

目 录

改订第	知时第七	九
和善第	成胎第八	
至精第	育胎第九	
养气第四	作药第十	九
存神第五		
和宁第六	校订后记	四九

予气清而稟弱，苦乏嗣，夙讲于星占术数之学，知命限于予，曰安之矣。后游建康之新城，遇异人，授以骨相之法，谓大骨无眼，此子当死，谓小骨有眼，夙尔不死也。尔当何之，果往予。予问大骨小骨何谓也，而不笑明之也，乃问予曰：以死告之，何则哉？曰：大骨无眼，乃家系断绝之兆，小骨有眼，则否，当何子一节乎哉？命可永也，穷可达也，功名可建也。触而通之，是在智者。

改过第一

春秋诸大夫见人言动，忆而谈其祸福，靡不验者，《左》《国》^①诸纪可睹也。大都吉凶之兆，萌乎心而动乎四体，其过于厚者常获福，过于薄者常近祸。俗眼多膜，容^②谓有未定而不可测者。至诚合天，福之将至，观其善而必先知之矣。祸之将至，观其不善而必先知之矣。春秋时去圣人未远，其言多中，宜也。况生予一节言之，忍者

① 夙：通“讽”，微言劝告。

② 《左》《国》：指《春秋左氏传》《国语》。

③ 容：副词，或许。

珍膏罗列，食过即空，蔬食菜羹，尽可充腹，何必戕彼之生，损己之福哉？又思血气之属，皆含灵知。既有灵知，皆我一体。纵不能躬修至德，声名洋溢，以使之尊我亲我，岂可日戕物命，以使之仇我憾我于无穷也？一思及此，将有对食伤心，不能下咽者矣。如前日好怒，必思曰：人有不及，情所宜矜，情理相让，于我何与？本无可怒者。又思：天下无自是之豪杰，亦无尤人之学门。行有不得，皆己之德未修，感未至也。吾悉以自反，则谤毁之来，皆磨炼玉成之地，我将欢然受焉，何怒之有？又闻谤而不怒，虽讪谤重人，如举火焚室，终将自息；闻谤而怒，虽巧心力可，如春蚕作茧，自取缠缚。怒不惟无益，且有害也。其余种种过患，皆当据理思之。此理既明，过将自止。何谓从心而改？过有千端，惟心所造。吾心不动，过安从生？学者于好色、好名、好货、好怒种种诸过，不必逐类寻求，但当一心为善，正念时时现前，邪念自然污染不上，如太阳当空，魑魅潜消，此精一之真传也。过由心造，亦由心改，如斩青树，直断其根，奚必枝枝而伐，叶叶而摘哉？大抵最上者治心，当下清净，才动即觉，觉之即无。苟未能然，须明理以遣之。又未能然，须随事以禁之。以事上而兼行下功，未为失策，执下而昧上，则拙矣。

1 尤人：超过别人。尤，优异。

发愿改过，明须良朋提醒，幽须神鬼证明。一心忏悔，昼夜不懈，经一七二七以至一月二月三月，必有效验。或觉心神恬旷，或觉智慧顿开，或处冗沓而触念皆通，或遇冤仇而回心作喜，或梦吐黑物，或梦往圣先贤提携接引，或梦飞步太虚，或梦琼瑶宝盖。种种胜事，皆过清罪灭之象也。然不得执此自高，画有不进。理无穷尽，改过岂有尽时？昔蘧伯玉当三十岁时，已觉前日之非而尽改之矣。至三十一岁，乃知前之所改未尽也。及三十二岁，则回视三十一岁，犹在梦中。一岁复一岁，递递改之，行年五十而犹知四十九年之非。古人改过之学如此，吾辈身为凡流，过恶猬积¹，而回思往事，常若不见其有过者，心粗而眼²也。然人之过恶深重者，亦有效验。或心神昏塞，转头即忘，或无事而常烦恼，或见君子而赧然消沮，或闻正论而不乐，或施惠而人反怨，或夜梦颠倒，甚则妄有失志，皆作业³之相也。苟一类比，即须奋发，舍旧图新，幸勿自误。

1 猬积：多而集中貌。

2 翳（yì）义：遮蔽。

3 作业：佛教语，作孽。

积善第二

昔伊氏将以女妻叔梁纥，而功叙其祖宗积德之长，逆料知其子孙必有兴者，岂漫说哉？孔子称舜之大孝，而曰：宗庙享之，子孙保之。论至精矣。愚常谓善足以授乎百世，则必有百世之子孙；善足以授乎十世，则必有十世之子孙；善足以授乎一世四世，则必有一世四世之子孙。其身歿而辄焉，无嗣者德薄而宗庙不享，子孙不保也。试以近事征之。

镇江靳翁，有五十无子，训蒙于金坛。其夫人需钗梳，买邻女为侍妾。翁以冬令归家，夫人置酒于房，以邻女侍，告翁曰：“吾老不能生育，此女颇良，买为妾，或可延新门之嗣。”翁疑亦倡自。夫人谓已在而翁报也，遂出而反扃其户。翁惊起，户已闭，遂逾窗而出，告夫人曰：“汝用意良厚，不特我感汝，我祖考亦感汝矣。但此女幼时，吾常提抱之，恒思其嫁而得所。吾老又多病，不可以辱。”遂谒邻而还其女。逾年，夫人自受妊，生子。其十七岁发解^③，明年登第，为贤宰相。

① 逆：预料，猜度。

② 训蒙：教育儿童。

③ 发解：此指乡试中举。

德之事，第一与人为善，第二爱敬存心，第三成人之美，第四教人为善，第五救人危急，第六兴建大利，第七舍财作福，第八护持正法，第九敬重尊长，第十爱惜物命。

何谓与人为善？昔舜在河滨，见渔者皆争取深潭厚泽，而老弱则泊于急流浅滩之中，偶然哀之。往而渔焉，见争者皆匿其过而不谈，见有让者则指扬而取法之。期年，皆以深潭厚泽相让矣。其耕稼与习俗然。夫以舜之清明，岂不能出一言教众人哉？乃不以言教，而以身转之，此良工苦心也。吾辈处未仕，勿以己之长而盖人，勿以己之善而形人，勿以己之多能而困人。收敛才智，若无若虚。见人过失，且涵容而掩覆之。一则令其可改，二则令其有所惧，忌而不敢纵。见人有益长可取，小善可录，翻然合己而从之，且为艳称而广述之。凡日用间，发一言，行一事，全不为自身起念，全是为物立则，此大人天下为公之度也。

何谓爱敬存心？君子与小人，孰形迹上观，节义、廉贞、文章、政事之类，君子能之，小人亦或能之，容易相混。惟一点存心处，则善恶悬绝，判然如黑白之相反。故孟子曰：君子所以异于人者，以其存心也。君子所存之心，曰仁曰礼。仁礼又是何物？仁者爱人，有礼者敬人。谓常有爱人敬人之心耳。人有亲疏，有贵贱，有智愚贤不

满，五脏充实，始能生子。然自此精既泄之后，则真体已亏，元形已逝，惟藉饮食滋生精血。不知持养，不能保蓄，所生有限，所耗无穷。未至中年，百衰尽见，百脉俱枯，虽施泄而不能成胎，虽结胎而不能育矣。是以祈嗣者务实其精，远则经年独宿，近则数月一行，庶几乎其可也。

聚精之道，一曰寡欲，二曰节劳，三曰息怒，四曰戒酒，五曰慎味。今之谈养身者，多言采阴补阳，久战不泄，此为大谬。肾为精之府，凡男女交接，必扰其肾。肾动则精血随之而流，外虽不泄，精已离宫。未尝能坚忍者，亦必有真精数点，随阳之痿而溢出，此其验也。如火之有烟焰，岂有复反于薪者哉？是故贵寡欲。精成于血，不独房室之交损吾之精，凡日用损血之事，皆当深戒。如目劳于视，则血以视耗；耳劳于听，则血以听耗；心劳于思，则血以思耗。吾随事而节之，则血得其养，而与日俱积矣，是故贵节劳。主闭藏者，肾也；司疏泄者，肝也。五脏皆有相火，而其系上属于心。心，君火也。怒则伤肝而相火动，动则疏泄者用事，而闭藏不得其职，虽不交合，亦暗流而潜耗矣。是故当息怒。人身之血，各归其舍则常凝。酒能动血，人饮酒则面赤，手足俱红，是扰其血而奔驰之也。血气既衰之人，数月无房事，精始厚而可用。然

① 未：光绪本作“纵”，义胜，当从。

使一夜大醉，精随薄矣。是故宜戒酒。《内经》云：精不足者，补之以味。然醖郁之味不能生精，惟恬澹之味乃能补精耳。盖万物皆有真味，调和脾胃真味衰矣。不论腥素，淡煮之得法，自有一段冲和恬养之气益人肠胃。《洪范》论味而曰：稼穡作甘。世间之物，惟五谷得味之正，但能淡食谷味，最能养精。又凡煮粥饭而中有厚汁滚作一团者，此米之精液所聚也，食之最能生精，试之有效。

炼精有诀，全在肾家下手。内肾一窍名玄关，外肾一窍名牝户。真精未泄，乾体未破，则外肾阳气至子时而兴，人身之气与天地之气两相吻合。精泄体破，而吾身阳生之候渐晚。有丑而生者，次则寅而生者，又次则卯而生者，有终不生者，始与天地不相应矣。炼之之诀，须半夜子时即披衣起坐，两手搓极热，以一手将外肾兜住，以一手掩脐而凝神于内肾。久久习之，而精旺矣。

〔醖〕：原作“醴”，形近而误，据埤斋本改。

禁蛇虎，可以居水中，可以行水上，可以嘘水使之逆流千里。气之变化无穷，若生子之术，特其精细者耳。但爱高握固，闭气吞液，令气化为血，血化为精，足矣。

气欲柔不欲强，欲顺不欲逆，欲定不欲乱，欲聚不欲散。故道家最忌嗔，嗔心一发，则气强而不柔，逆而不顺，乱而不定，散而不聚矣。若畏闭之，则令人发咳。故道者须如光风霁月，景星庆云，无一毫乖戾之气，而后可行功。又食生菜肥鲜之物，亦令人气强难闭；食非时动气之物，亦令人气逆。又多思气乱，多言气散，皆当深戒。

存神第五

聚精在于养气，养气在于存神。神之于气，犹母之于子也。故神凝则气聚，神散则气消。若宝惜精气而不知存神，是茹其华而忘其根矣。然神已有形象可求哉？孟子曰：至善不可知之谓神。乃不可致思，无所言说者也。如作文不可度思，而文之奇妙者，往往得于不思之境，神所启也。符录家每举笔，第一点要在念头未起之先，谓之混沌开基，神所运也。感人以有心者常浅，而无心所感者常深，神所中也。是故老人之心不灵，而赤子之心常灵；惺惺之时不灵，而寐时之梦常灵，皆神所为也。易曰：天下何思何虑？此神之真境也。圣人不思不勉，此神之实事也。不到此际，总不能移易人命，识者慎之。

道宗观妙观窍，总是聚念之方，非存神之道。然攀缘既熟，念虑难忘，只得从此用功，渐入佳境。有存泥丸一窍者，谓神居最上，顶贯百脉，存之可以出入无碍，神游八极，而失则使人善眩暈；有存眉间一窍者，谓无位真人，在面门出入，存之可以收摄国光，失则使人火浮面赤；有存上腭者，谓齿缝玄珠，二关齐透，存之可以通贯鹊桥，任督飞渡，而失则使人精不归源；有存

① 惺：清醒。光绪本作“醒”。惺，与“醒”通。

心一处是也。二曰制心止，不复系心一处，但觉念动，随而止之，所谓不怕念起，惟怕觉迟者也。三曰体真止，俗缘万殊，真心不动，一切顺逆等境，心不安缘，盖体真而住也。观法多门：一、《华严经》事法界观，谓常观一切染净诸法，皆如梦幻。此能观智，亦如梦幻。一切众生，从无始来，执诸法为实有，致使起惑造业，循环六道。若常想一切名利怨亲，六道轮回，全体不实，皆如梦幻，则欲恶自然淡泊，慧智自然增明。亦名诸法如梦幻观。又理法界观，于中复有二门。一者，常观诸法界，惟是一味清静真如，本无差别事相。此能观智，亦是一味清静真如。若念起时，但起觉心，即此觉心，便名为观。此虽觉心，本无起觉之相。二者，拟心即着，动念便乖，但栖心无寄，理自玄会。亦名真如绝相观。又事理无碍观，谓常观一切染净事法，缘生无性，全是真理，真理全是染净事法，如观波全是湿，湿全是波。故《起信论》云：虽念诸法自性不生，而复即念因缘和合。言恶之业，苦乐等报，不失不坏。虽念因缘善恶业，而即念性不可得。天台有假中二观，大率类此。或单修一观，或渐次全修，或一时齐修，皆可入道。

交感之际，有意种子，兢兢业业，必难成胎。偶尔为之，不识不知，则胎成矣。此可想神交之义。

和室第六

生子之基，全在室人。世之求嗣者，但知广室，而不知和室也。广而不和，则相妒相嫉，育必艰矣。古云：妇人和乐，而后有了。又云：大地和而后万物育，夫妇和而后子嗣昌。世之求嗣者，当使闺门之内蔼如琴瑟，而后可以广育也。其道全在正己之躬，日常行事，毋论隐显，务使纯出乎正，以服彼之心。然又不可严毅而使畏也。有疑则相问，有疾则相问，有未到则相体，使情意联属而无间。然又不可使恩胜而相熟也，必以礼维之。晋巨觥说《关雎》之诗，以为情欲之感不介乎容仪，燕伏之私不形于动静，最可为处内匡主之式。然又不可自是而非彼也，必寄以交友之义。己有过，使规之。规而是已，谢而改之；规而非已，亦谢其意而晓告之。朋友居上，上无定位，而寄之于四时。朋友亦无定人，而寄之四伦之内。故父子而寄以朋友之义，则父向子净，欢然一心；兄弟而寄以朋友之义，则兄教弟规，相成必远；夫妇而寄以朋友之义，则衽席之间，可以修省，一唱一和，其乐无涯。岂独可以生子哉？终身之业，万化之源，将基之矣。

《诗》云：窈窕淑女。窈窕者，幽闲贞静之意。《诗》

1 闺闼（kǔn 捆）：妇女所居之内室。

序以益所 麟趾 为 关雎 之应，惟其不如耳。故择妇者，不必求美色，但当求具有贤淑之性。幽闲贞静，自是妇人之德，有贤妇而和平易矣。然入宫而妒，女人之常。为人者，平时先宜晓谕以宗祀之大，无后之罪。倘有妾婢，亦宜使之知尊卑之分，上下之宜。一家委顺，彼此相安，而生子之道，思过半矣。

知时第七

人地生物，必有绸缪之时；万物化生，必有乐育之时。如猫犬至微，将受妊也，其雄必狂呼而奔跳，以绸缪乐育之气触之而不能自止耳。此天然之节候，生化之真机也。世人种子有云：三十时辰两日半，二十八九君须算。此特言其大概耳，非的论也。《丹经》云：一月止有一日，一日止有一时。凡妇人一月经行一度，必有一日绸缪之候。于一时辰间，气蒸而热，昏而闷，有欲交接不可忍之状，此的候也。于此时逆有取之则成月，顺而施之则成胎矣。其曰三日月出庚，又曰温温铅鼎，光透帘帏，皆言其景象也。当其欲情浓动之时，子宫内有如莲花蕊者，不拘经净几日，自然挺出阴中，如莲蕊初开。内人洗下体，以手探之，自知也，但含羞不肯言耳。男子须密告之，令其自言，一举即中矣。

息，勿复交接以扰其子宫，勿令怒，勿令劳，勿令举重，勿令洗浴，而又多服养肝平气之药，胎可固矣。

程鸣谦云：“褚澄氏言男女交合，阴血先至，阳精后冲而男形成；阳精先入，阴血后参而女形成。”信斯言也。人有精先泄而生男，精后泄而生女者，独何欤？东垣①：经水才断一二日，血海始净，感者成男。四五日血脉已生，感者成女。至于六七日以后，虽虽交感亦不成胎。信斯言也。人有经始断，交合生女，经久断，交合生男者，亦有四五日以前交合无孕，八九日以后交合有孕者，独何欤？俞子木撰《广嗣要旨》，著方立图，谓实阳能入虚阴，实阴不能受阳，即东垣之故见也。又谓微阳不能射阴，弱阴不能摄阳。信斯言也。世有尪羸②之大，怯弱之妇，屡屡受胎，虽欲止之而不能止者，亦有血气方刚，精力过人，以乃艰于育嗣而莫之救者，独何欤？朱丹溪论治专以妇人经水为主。然富贵之家，侍妾已多，其中宁无月水当期者乎？有已经前人频频生育，而娶此以图其易者，固亦不能得胎，更遣与他人，转盼生男矣，岂不能受孕于此而能受孕于彼乎？愚以为父母之生子，如大地之生物。《易》曰：坤道其顺乎，承天而时行。人知地之生物，不过顺承乎天，则知母之生子，亦不过顺承乎父而已。知母之顺承乎父，则种子者，果以妇人为主乎，以男子为主乎？然所

① 尪（wāng 汪）羸：瘦弱。

谓主于男子者，不拘老少，不拘强弱，不拘康宁病患，不拘精易难泄，只以交感之时，百脉齐到为善耳。交感而百脉齐到，虽老虽弱，虽病患，虽易泄，亦可以成胎；交感而百脉参差，虽少，虽强，虽康宁，虽难泄，亦难以成胎矣。妇人所媾^①之血，固由于百脉合聚，较之男子之精，不能无轻重之分也。孔子赞乾元资始曰大，赞坤元资生曰至，得无意乎？若男女之媾，又不以精血先后为拘，不以经尽几日为拘，不以夜半前后交感为拘，不以父强母弱，母强父弱为拘，只以精血各由百脉之齐到者别胜负耳。是故精之百脉齐到，有以胜于血，则成男矣；血之百脉齐到，有以胜于精，则成女矣。至有既孕而小产者，有产而不育，有育而不寿者，有寿而黄耄^②无子者，则亦精血之坚脆分为修短耳。世人不察其精血之坚脆，已定于稟受之初，乃以小产专责之母，以不育专付之儿，以寿夭专委之数，不亦谬乎？

① 媾：原作“媾”，据光绪本改。

② 黄耄（gōu 苟）：黄发老人。

治病第九

世之求嗣者，专谓病在妇人，是舍本而求末。间有兼治男子者，亦未得其肯綮也。男子或年老阳衰，或有疾，或精不射，或精少、精寒、精清，皆不能成孕。世多用温燥燥烈之药，一时虽效，真气受伤，非徒无益而反害之矣。凡病此者，皆不须服药，只照前聚精养气存神之诀用功，定有奇效。如少年御女，其未交也，情浓意渴，其交而泄也，通身和畅，所谓百脉齐到而成胎者也。年老阳衰，其始也，勉强成欢，其泄也，漠然无味，何以成胎？此皆反身而可验者。惟寡欲久而涵养功深，然后元阳可回，真气可复耳。纵欲服药，亦必择其对症者，宜温宜凉，通变用之。若执一方向治万病，非予之所知也，故不立方。

妇人之病最多，方亦难执。今取经论格言具列之，以俟抉择。岐伯曰：女子七岁，肾气足，齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下。夫谓天癸之气，癸谓壬癸之水，故云天癸也。然冲为血海，任主胞胎，二脉流通，经血渐盈，应时而下。常以一句一见，以像月盈则亏也。若遇经行，最宜谨慎，否则与产后症相类。若被惊怒劳役，则血气错乱，经脉不行，多致劳瘵等疾。若迁于头面肢体之间，则重病不宁。若怒气伤肝，则

头晕、胁痛、眼面而赤、痒、痒。若经血内渗，则巧穴淋漓无已。凡此六淫外侵而变症百出，犯时微若秋毫，成患重如山岳，可不畏哉？——褚先生：饮食五味，养骨髓肌肉毛发。男子为阳，阳中必有阴，阴中之数八，故一八而阳精升，二八而阴精溢。女子为阴，阴中必有阳，阴中之数七，故一七而阴血升，二七而阳血溢，皆饮五味之实秀也。方其升也，智慧开明，齿牙始更，发黄者黑，筋弱者强。譬其溢也，流充身体手足耳目之余，虽针芥之厉，无有不下。凡子形肖父母者，以其精血尝行于父母之身，无有不历也。是以父一肢废，则子一肢不肖其父。母一目亏，则子一目不肖其母。然雌鸟牝兽，无入交而成胎，何也？鸟兽精血往来无间也。精未通而御女以通其精，则五体有不肖之处，异日有难状之疾。阴已痿而思色以降其精，则精不出而内败，小便涩而为淋。精已耗而复竭之，则大小便全痛，愈痛则愈便，愈便则愈痛。女人大交既至，逾十年，无男子合则不调；未逾十年，思男子，合亦不调。不调则旧血不出，新血误行，或渍而入骨，或变而为肿，后虽合而难子。合多则竭精虚人，产众则血枯杀人。观其精血，思过半矣。——《产宝》论云：治病先论其所主，男子调其气，女子调其血。气血者，人之神也。然妇人以血为基本，苟能谨于调护，则血气先行，其神自

为水肿。若脾气衰弱，不能制水，水渍肌肉，变为肿满。当益其津液，大补脾胃，方可保生。又云：冲任之脉起于胞内，为经脉之海，手太阴小肠、手少阴心二经为表里。女子十四而入癸至，肾气全盛，冲任流通，经血既行，应时而下，否则不通也。寇宗奭云：人之生，以气血为本。人之病，未有不先伤其气血者。若室女童男，积思在心，思虑过劳，多致劳损，男子则神色先散，女子则月水先闭。盖忧思思虑，则伤心而血逆，神色先散，月水先闭。且心病则不能养脾，脾虚则金亏，故发嗽。肾水绝，则木气不荣，而四肢干痿，故多怒，发焦，筋骨痠，若五脏传遍则死。若能改易心志，用药扶持，庶可保生。切不可用青蒿、地黄等凉血行血，宜用柏子仁丸、泽兰汤，益心血，制虚火。腹中论云：有病胸胁支满，妨于食，病至，则先闻腥臊臭，出清液，四肢清，目眩，时时前后血，病名曰血枯。此年少时因大怒脱血，或醉而入房，亏损于肝。盖肝血而受入之气以为滋荣，其经上贯膈，布肋肋。若脱血失精，肝气已伤，肝血枯涸不荣而强为满，妨于食，则肝病传脾而可闻腥臊，出清液。若以肝病而肺乘之，则唾血，四肢清，目眩，时时前后血出，皆肝病血伤之症也。良方云：妇人月水不利者，由劳伤气血，体虚而风冷客于

① 青：原脱，据慎斋本补。

黄燥，面无光泽。若入大肠则下利，若入关元则绝阴。故妇人病有二十六种，皆由冲任劳损而至。盖冲任之脉，为十二经之会海，其病皆见于少阴太阳之经，当于比候之脉，按之。按妇人之病虽多，然其九子之症，大略尽于是矣，宜各按其症而治之。倘有明理善用功者，亦当教之存神养气，为效更疾。

合耶！摩訶迦嚧尼迦耶！恒你也他二合！唵！多唎多唎吽
哆唎！咄咄多唎咄唎！娑婆二合司！

按：此咒原出《大藏》，名《随心陀罗尼》，受持者一切祈禱，悉令滿足。今在印提出专为人求男女，亦方便法门也。

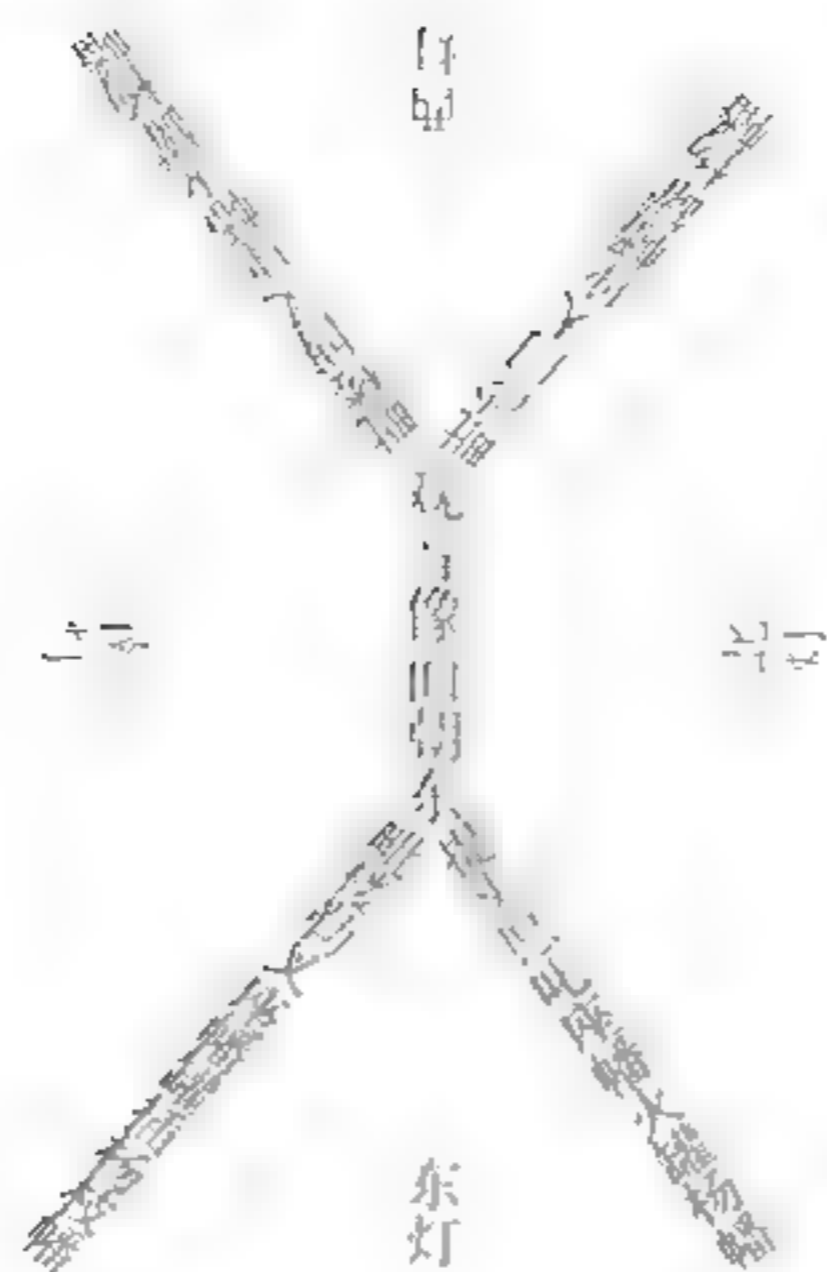
自“稽首人悲”至“即说真言曰”一段，皆后人新增。原有像法、坛法、印法，人皆不知。详述其略，以便祈求。

像法：

以白栴檀木刻作其像，身高五寸，或二寸半亦得。是人女形，面有一眼，头戴人冠，身著色衣，绶络庄严，以两手拈如意珠。造此像已，安木玉内，饰囊盛，系于左臂，设坛时即安坛内。

坛法：

坛方一尺，中城方二尺，内城方一尺。皆须先掘去秽土，即以净土作之，香汁作泥令平，净扫。以粉、米种种杂色和以莲花，承观音像。最内院坛上四角，安四人王座，须方，画坛上。



印法：

凡四十八印，各有所用，今只录其要者。

《总摄身印》：

以二手中指、无名指、小指各向外相叉，合掌，有爪左。头指按著掌背，二大指并竖，面相著。

此印能摄诸印，故独列之。

受持法：

凡欲受持此陀罗尼者，应当洗浴清净，著新净衣，并受律仪，不能具受，或随意受三戒四戒，除贪吝，去嗔欲，发大慈大悲之心，利益众生。然后至坛前礼三宝，或随俗礼前佛菩萨五句，亦得手持名香或香炉，烧沉檀好香于菩萨像前。一心坚固至意，信向先观菩萨现前，次想空中隐显诸神及天龙八部，一一降临获佑。如用意精专，顶觉心力有异。每月诵一千八十遍，不令断绝，满二十万，

撮，咒之一遍，掷火中烧。或经七日七夜六时，如是相续不绝，一切灾疫无不消灭。

若在路上行，诵念此咒，无有盗贼、恶兽等怖。

若被系闭枷锁，禁固其身，诵此咒者，即得解脱。

若以酥和谷稻，咒一百八遍，火中烧之，随心所愿，无不成就，财宝增盈，官禄进懋。

若欲人敬念者，称彼人名字，一咒一称，满一百八遍，即便敬念。

校注后记

一、作者生平

袁黄是明代重要的思想家，是我国第一位具名的善书作者，亦是我国历史上规模最大、价值最高的一部《大藏经》（《嘉兴藏》）最早倡刻者。关于其生平，《明史》未载，然明末清初查继佐《罪惟录》、彭绍升《了凡居士传》、朱鹤龄《赠尚宝少卿袁公传》、阮元《畴人传》及（康熙）《嘉兴府志》、（康熙）《嘉善县志》、（康熙）《吴江县志》、（乾隆）《江南通志》等方志皆有其传记，袁氏本人众多著述及其亲友作品中亦不乏其行迹记述。此外，近人亦多有考述，其中最具代表性的当属日本学者酒井忠大《中国善书研究》一书第四章《袁了凡的思想与善书》以及章宏伟《袁了凡生平事迹考述》一文。

关于袁黄的生年、里籍，各方志和传记中的记载有相抵牾之处，章宏伟先生在前人研究基础上，根据袁黄父亲袁仁《嘉禾记》、《新筑半村居记》及冯梦禎《为了凡先生七十序》等材料确定其于嘉靖癸巳（1533）12月11日生于浙江嘉善的医学世家。其考证翔实有据，可成定论。袁黄先祖袁凤豪侠好义，精通经学，因牵扯进“靖难之役”而失去家业并四处流亡，故训诫其后人放弃举子业而世代为良民。袁黄的曾祖袁颢在其父袁凤的劝诫下放弃科

举而以医为业，其所撰《袁氏家训·民职》云：“士农工商，所谓四民也。吾家既不应举，子孙又未必能力耕，而工商皆不可为。……于诸艺中，唯医近仁，习之可以養生而养家，可以施惠而济公。”袁黄博学而精通医术，声名颇盛，其医学专著有《袁氏脉经》一卷、《袁氏痘疹丛书》五卷。袁黄的父亲袁仁“于人文地理、历律书数、兵法水利之属，靡不谙习，谓医虽贱业，可以藏身济人，寓意于医”（嘉庆《嘉善县志》），其以医为业，同时与王阳明、王艮、王畿等亦有学术交往，其著作广及经史子集，医学类的有《内经疑义》、《本草正讹》、《痘疹家传》。在这种家学渊源的影响之下，袁黄不免也要面临着举业仕宦还是从医济人的选择。袁黄自幼好读书，童年丧父，母亲沈氏遵从家训，令其改弃举业而改习医术，以養生济人，袁黄遂袭家业而学医。16岁时，在慈云寺遇到精通《皇极数正传》的孔姓易者，其人断定袁黄有做官的命运，并预言其科考的成绩、做官的级别、53岁的寿命及命里无子。于是，袁黄重拾举业之学，之后考试的成绩名次皆如孔氏预言，他因此相信荣辱死生皆有定数，成为宿命论者。隆庆三年己巳（1569），袁黄受教于云谷禅师，经点化而挣脱宿命论的牢笼，随其学习践行功过格，从此开始积极改过、积善，努力改变自身命运。次年乡试，袁黄高中举人，取得远胜于孔某所预言的成绩，愈加相信云谷禅师命运可以改造之说，更加积极行善、刻苦习业，曾师从阳明

学者王畿、提学副使薛应旂、儒学大师唐顺之等人。万历九年辛巳（1581），49岁的袁黄通过积善积福而最终得子，取名大启，后袁黄将自己求子得子的经验之谈写成《祈嗣真詮》一书。万历十四年内戌（1586），经历了5次会试失败后，袁黄考中进士，授宝坻知县。在任五年其间，袁黄减少赋税，兴修水利，鼓励百姓开荒耕种，颇有善政，深得民心。万历二十年壬辰（1592）擢升兵部职方司主事，是年，日本入侵朝鲜，袁黄以军前赞画率军赴援朝鲜。万历二十一年，因与人将军李如松不合而遭诬陷弹劾，被革职返乡。晚年谪居时，袁黄致力于著书授业，行善修持，时常诵经持咒，参禅打坐，并与僧人一起讨论出版了《嘉兴藏》。据其养子叶绍袁《自撰年谱》记载，袁黄卒于万历三十四年内午（1606）7月，享年74岁。大启元年辛酉（1621）熹宗追叙征倭功，袁黄得追赠尚宝司少卿。

二、成书年代

余氏本、眉公本、慎斋本、光绪本等皆录袁黄门人韩初命于万历庚寅年所撰《祈嗣真詮引》，言其“业付梓人矣”，显然《祈嗣真詮》在明万历庚寅（1590）夏已付梓。据袁黄在《祈嗣真詮·中记述，该书作于其生子之后，“后游建康之栖霞，遇异人授以祈嗣之诀……信而行之，果生子。予志天下之乏嗣者众，而不能获闻是诀也，因衍为十篇，以风告之”。又袁黄《了凡四训·立命之学》曰：

“遂起求子愿，亦许行三千善事。辛巳，生男天启。”可知，袁黄独子袁天启生于万历辛巳（1581）。故《祈嗣真论》当作于1581年至1590年之间。

三、版本概况及源流

各书目录收录情况如下：

《四库全书总目提要·存目》载：《祈嗣真论》，无卷数，浙江鲍士恭家藏本。殷仲春《医藏书目》、丹波元胤《中国医籍考》载袁黄《祈嗣真论》一卷。《全国中医图书联合目录》著录其民国之前版本唯有清乾隆四十四年己亥（1779）王氏慎斋刻本，此外是民国后的1922年文明书局石印本及丛书集成初编本。《中国中医古籍总目》所载版本相对较多，摘录如下：明万历刻本、清乾隆44年己亥（1799）王氏慎斋刻本；1922年文明书局石印本、宝翰堂秘笈本。据笔者调研，《祈嗣真论》一书的现存版本情况如下：

1. 明万历己巳（1605）建阳余氏刻了凡杂著本（简称“余氏本”），一卷，国家图书馆、南京图书馆藏。

该本为余象斗刻袁黄作品集《了凡杂著》九种中的一种，书为一册，线装，书高23.5cm，宽15.5cm；板框高20cm、宽26cm，单栏。每半页9行，行20字，白口，左右双边，单白鱼尾。版心上镌“了凡杂著”，中镌“祈嗣真论三卷”，下镌页数。南京图书馆藏本正文卷端右下方钤朱文方印“南京图书馆藏”、“随月收藏”，天头处墨笔

题手抄目录。该本卷首“刻祈嗣真论引”录韩初命万历庚寅（1590）之序，引末有“祈嗣真论引毕”字样；正文卷首右上方题名“了儿杂著祈嗣真论二卷”，次行标注“前进士东吴袁黄坤仪甫编”；卷末末行下方镌“祈嗣真论三卷终”字样。正文45页，序言2页。题名及版心皆著三卷，然正文并不分卷。

2. 明泰昌元年（1620）秀水沈氏亦政堂镌陈眉公普秘笈本（简称“普秘笈本”），国家图书馆、中国科学院国家科学图书馆藏。

该本为亦政堂镌陈眉公普秘笈五十种中的一种，书为一册，线装，一卷。普秘笈为秀水沈德先、沈孚先所刻大型丛书中的一部，该丛书题陈继儒编，与正集、续集、广集、正集、秘集一起被统称为“宝颜堂秘笈”，后世通称该系列丛书为宝颜堂秘笈，在明代有很大的影响。书高25.8cm，宽16.5cm；板框高20cm，宽26cm，单栏。每半页9行，行20字，白口，左右双边，单白鱼尾，正文45页。版心上镌“漱芳堂”，中镌“祈嗣真论”，下镌页数。正文卷首右上方题名“陈眉公订正祈嗣真论”，次行标注“东吴袁黄坤仪甫编，屠中孚德庵甫校”。

3. 明刻眉公秘笈本（简称“眉公本”），国家图书馆藏。

该本为丛书眉公秘笈五种中的一种，书为一册，线装。书高25cm，宽15.5cm；板框高19.5cm，宽26.2cm，

单栏。每半页9行、行20字，单栏，白口，左右双边，单白鱼尾。正文45页，序言2页。版心上镌“愚芳堂”，中镌书名，下镌页数。卷前附韩初命“祈嗣真詮引”，正文卷首右上方题名“陈眉公订正祈嗣真詮”，次行标注“东吴袁黄坤仪甫编，屠中孚德胤甫校”。经对比，除序言外，其版式、行款、文字内容等皆与善秘笈本同。正文卷末右下方钤朱文方印“北京图书馆藏”、“长乐郑振铎西谛藏书”，可知原为郑振铎所藏，后献与前北京图书馆（北京图书馆编《西谛书目》）著录其为“明陈继儒编，明刊本”，并在丛书类宝颜堂秘笈本目下列眉公秘笈五种。

4. 明崇禎十六年癸未（1643）容安园刻（广生编）本（简称“广生本”），日本国立公文书馆内阁文库藏，普林斯顿大学火石藏书楼（Firestone Library）藏该本35mm缩微胶片。

据日本所藏中文古籍数据片与普林斯顿大学图书馆书目检索信息，该本又名“重镌广生编，培补袁先生省身录”，明崇禎十六年，原藏红叶山文库，由陈春峰重订、邓方彭同辑、高世重校授、陈惟人点校、杨蕃缮定。据日本学者酒井忠夫《中国善书研究》“袁了凡的思想与善书”一章所述：“该书与一般以《祈嗣真詮》为题出版的书籍的内容是一样的，其中有林文雄、王瑞元、韩初命、李曜文等的原序。”该书是在《祈嗣真詮》出版流传之后，在其基础上增加了袁黄的另一著作《省身录》及其附录的中

钱大治校勘，张崇係、徐春和覆校，秦宝、王燮对读。书为一册、线装，一卷。书高23.8cm，宽15.1cm；板框高18.5cm，宽26cm，单栏。每半页9行，行21字，白口，左右双边，单黑鱼尾。版心上镌书名，中镌目名，下镌页码，正文首页板心最下方镌“慎斋藏版”字样。卷前序言页“祈嗣真詮引”右下方与目录页右下方皆钤一朱文方印“首都图书馆藏书之章”；正文首页右下方与卷末左下方皆钤一朱文方印“首都图书馆藏书之章”及一紫文椭圆印“北京市市立第一普通图书馆藏书之章”。全书序言2页、目录1页、正文合跋45页。正文卷首右上方题“祈嗣真詮”，次行标注“明东吴袁黄坤仪甫编、嘉定王珠品泉、钱大治堂清校”；正文末左下方记“张崇係孝则、徐春和、席云覆校”。末附卷末左下方记“门人秦宝家维、侄王燮调元对读”，末行记“祈嗣真詮终”及“金陵司品渔镌”字样。该本在屠中孚校勘力的基础上进行校勘和补充，用力颇深，以此为另一校本。

8. 清光绪丙申本（1896）（简称“光绪本”），深圳陈氏私藏。

该书为陈氏从孔夫子旧书网购得。书高22.5cm，宽14.2cm；板框高16.8cm，宽22.6cm，单栏。该书录五篇序言，依次为万历庚寅（1590）韩初命之序、万历壬辰（1592）周治隆之序、道光十年（1830）杨际泰之跋、光绪十年（1884）开道子之序、光绪丙申（1896）于锡金重

藏之名山大都，以俟知己；小者十有余种，刻之家塾，以俟子弟。建阳余氏传而梓之，而命余为序。”该序作于万历己巳（1605），杨氏游于袁黄门下二十余年，按其所言，在余氏回刻《了凡杂著》之前，袁黄著述已刊刻的唯有十几种的袁氏家刻本，余氏所依底本即此。据此，我们可以推判，庚寅本或为《祈嗣真詮》之祖本。惜该本今皆未见，余氏本则为现存的最早版本。普秘笈本是秀水沈德先、沈孚先所刻大型丛书《宝颜堂秘笈》六集中的一集，据各集前序言可知，“正集”、“秘集”约刻成于明万历四十二年（1606），“续集”约刻成于万历三十八年（1610），“广集”约刻成于万历四十三年（1615），“普集”约刻成于泰昌元年（1620），“汇集”与“普集”同时或稍后刻成。据沈氏称，该丛书的底本多由陈继儒提供，且陈氏参与了选辑、定稿、校订等工作。该丛书刊刻历时颇长，其名称说法不一，其中，“宝颜堂秘笈”是较为通行的称法（陈继儒号眉公，室名“宝颜堂”）。据李斌《陈眉公著述伪目考》一文考证，宝颜堂秘笈的底本大部分并非陈继儒所提供，更未参与其校订、出版工作，沈氏伪托陈眉公的说法是晚明书贾惯用的欺售手段。该说是否全部属实并非我们讨论的范畴，但“普集”中题名“陈眉公订正祈嗣真詮”一书应与陈眉公并无关联。据该书题名之下所署“东吴袁黄坤仪甫编，屠中孚德胤甫校”可知，该本应为屠中孚校所校。其版心上镌“漱芳堂”字样，考

《宝颜堂秘笈》及陈继儒、沈德先、沈孚先的室名皆未见“漱芳堂”。该本应是据漱芳堂刊刻的屠中孚校本翻刻而成，题“陈眉公订正”大约是借其盛名的宣传手段。眉公本除卷前收韩初命序言外，其版式、文字等全部内容皆与普秘笈本相同，其与普秘笈本一样都是根据漱芳堂刻本翻刻的。广生本由容安园刻于明崇祯十六年癸未（1643），该书是在《祈嗣真诠》一书的基础上增加了袁黄的另一著作《省身录》及其附录，重新点校整理后冠名以“广生编”而出版的。因其仅存海外，笔者暂未及该本，不知其中《祈嗣真诠》所据何本。对比余氏本与普秘笈本，二者皆为善本，其文字相异者14处，其中，余氏本讹误12处，普秘笈本讹误2处，后者为佳。此外，清代光绪本在韩初命千辰之序后录周治隆重刻之序，其曰：“余既有味于其言且嘉先生之善诱也，重畀梓人以广其传，而漫议于简末如此云。”署云：“万历千辰阳生日晋陵周治隆谨识。”可知，在庚寅本之后、余氏本和普秘笈本之前当有另一本子，由晋陵人周治隆刻于万历壬辰年（1592），该本亦不存。

其现存清代版本有四：尚白斋本、清抄本、慎斋本和光绪本。其中，尚白斋本是万历时宝颜堂秘笈的重修本，同本于漱芳堂屠中孚校本。清抄本在韩初命《祈嗣真诠引》之前录严有禧乾隆己卯孟春之序，曰：“吾友谢慎庵携此书示余，余见其言之合乎道，为序而梓之以劝世，并

用以自諷焉。”该本不仅删去了《祈禱第十》几乎全部的内容，其他各篇也有或多或少的删节，尽失原貌。严有禧刻本已不可见，故未知是抄本抄录时删节还是其本如此。因其刊刻信息极有限，所据何本亦无从断定。慎斋本也是以屠中孚校本为底本，由王珠等人在此基础上进行校讎、评点和补充后共同出资刊刻，前后历时2年，王珠跋云：“丁酉秋，得屠中孚校袁了凡先生《祈嗣真詮》一册……一日，同里梅园俞先生见之，击节叹赏，为评点首二篇，恐余将全册重刊，以嘉惠学者，且助之费。一会先生沈苏郡广文，余遂即未果。戊戌春，有友钱士含翼清者，好古士也，精于医，见此册，亦恐余重刊，共任劬司之费。”王珠与友人钱大治、门人秦宝等人“乃互相校讎，误者订之，疑者闕之，其扼要处则密圈以别之”，同时就内容进行增补和议论，“改过”“积善”“成胎”篇皆增一条，“治病”“祈禱”各增一条，皆有所本，其增改之处多冠以“增”、“订误”、“存疑”等字样，以小字区别之，其用力颇深。光绪本由昆明于锡金据道光十年（1830）杨际泰刻本重刊，而杨际泰本则本于其同里郑一轩所藏钞本，光绪本录杨际泰《祈嗣真詮跋》云：“庚寅（1830）秋，余以移疾旋里，同乡郑一轩季介石孝廉以了凡先生《祈嗣真詮》钞本见示，披阅之……乐善诸公捐金重梓，期以广其传而为诸世也。书成为志数言于简末。”该本首录韩初命庚寅之序，次录周治隆壬辰之序，可见，原钞本本于周治

降本，而周治降本又本于庚寅本。此外，方孝标《光启堂文集》收录其作《祈嗣真詮序》，现存各本均无该序，由此可知，清初方孝标序本应是以上各本之外的一个版本。惜该本不存，方氏之序亦无任何刊刻信息，其版本情况暂不可考。《四库全书总目提要·存目子部中著录：“《祈嗣真詮》，无卷数，浙江鲍士恭家藏本”，因其为存目，故不得知其版本详情。

此外，《祈嗣真詮》民国后的版本有：民国十一年（1922）文明书局《宝颜堂秘笈》石印本、民国二十五年（1936）商务印书馆《丛书集成初编》本、1965年台湾艺文印书馆《百部丛书集成》本、1985年中华书局《诸子集成》本、1995年齐鲁书社《四库存目丛书》本、2006年线装书局《袁了凡文集》本等，兹不赘述。

四、学术思想

袁黄博学尚奇，其思想融合儒道佛三家，学问涉及各个领域，朱偶谿《赠尚宝少卿袁公传》载其“凡河图洛书、象纬律吕、水利河渠、桶黔赋役、屯田马政以及太乙、奇门、六壬、岐黄、勾股堪舆、星命之学，莫不洞悉原委”。其代表作有：《了凡四训》、《祈嗣真詮》、《西行斋集》、《省身录》、《训儿小说》、《游艺壻文规》正续编、《相书备考》、《皇都水利》、《劝农书》、《历法新书》、《骚坛漫语》等。其中，在明末社会造成最大影响的主要有两个方面：一是其所倡行的功过格及善书思想，二是编撰科考用书的

举业之学。一直以来，后世对袁黄的关注也相应地集中在宗教文化与科举教育两个方面。袁黄的儒学思想与朱熹等宋儒极有抵触，其《四书辨正》《书经别正》更是因为大量删改朱注而遭禁毁，明末查继佐在其《罪惟录列传》卷一八中将袁黄与泰州学派中最异端的李贽相提并论，称其“有《史论》《皮》《四书》，极诋程朱，至尽窜注解，更以己意一坐非儒见知，焚其书”。在医学方面，袁黄因在弱冠之前即弃医而重拾举业之学并最终走上仕宦的道路，而未像父亲所希望的那样成为一名医生，但家学渊源和少年时的学医经历使之仍然保持着对医学的兴趣，尤其表现于对养生的关注，相关著作除《祈嗣真论》之外，还有《静坐要诀》及《摄生三要》，皆蕴含着浓厚的佛道思想。

《祈嗣真论》是袁黄根据自身改变原本无子的命运而最终获得一子的经历而写就的一部生育类书籍，全书内容颇为丰富，从改过、积善、聚精、养气、存神、和室、知时、成胎、治病和祈禱十个方面进行阐述，涉及道德修为、调息养生、持咒静坐、治病调理等诸多内容，集中体现了佛道佛三教合一的思想。《四库全书总目提要》称其“杂引常言俚语及医方、果报之事，颇为芜杂”。方孝标云：“先生著书甚多，而今学士大夫以及愚妇之所诵法而遵行者，则《立命说》《祈嗣真论》一书。”其学术特点主要有以下几个方面：

首先，《祈嗣真论》一书是袁黄劝善思想的体现。袁

黄指出改过、积善是祈嗣乃至做人的根本，认为只有不断进行道德修养方能享有子孙长久的福荫。《改过第一》从事上改、理上改和心上改三个层次由浅入深地进行论述，并分析各自的利弊得失。《积善第二》列举镇江哲翁、邯郸张翁十人的善举事例，说明善行必有善报的道理，从真假、端曲、阴阳、是非、偏正、半善、大小、难易等方面对善恶意识做理论上的辨析，并概括善行为十个方面，即：与人为善、爱故存心、成人之美、教人为善、救人危急、兴建大利、舍财作福、护持正法、敬重尊长、爱惜物命。在此，作者立足于求子之法而广及为人之法，既有儒家修身之理，亦含佛家果报之说。这两部分的内容超过全书的一分之一，却并未涉及医学知识，而具有很强的道德劝诫性质。其说理深入浅出，通俗易懂，体现了较强的实用价值。因此，在《祈嗣真诠》一书出版通行之后，《改过》《积善》二篇被稍作修改为《改过之法》《积善之方》，与《立命之学》《谦德之效》共同组成了《了凡四训》一书，该书也成为袁黄流传最广、影响最大的著作。胡适《精本袁了凡先生四训封面题记》称之为“中世思想的一部重要代表。”

其次，袁黄特别强调男女性在生育过程中的重要性，并要求男性承担身体和道德上的主要责任。因此，《祈嗣真诠》更多也是从男性角度来讨论生育问题。在袁氏看来，聚精是生育的关键，而聚精之道则在于寡欲、节劳、息

怒、戒酒和慎味，并进一步指出“聚精在于养气，养气在于存神。神之于气，犹母之于子也。故神凝则气聚，神散则气消。若宝惜精气而不知存神，是茹其花而忘其根矣”。

（《祈嗣真詮·存神第五》）袁黄认为，两性关系的和谐是生育的基本条件，要求丈夫既要具备使妻子敬服的品德风度，又不能过于严毅而使之畏惧，做到“有疑则相问，有疾则相恤，有未到则相体”（《祈嗣真詮·和室第六》），建立起朋友式的大妻关系。这样不但可以使夫妻幸福和乐，有利于生育子嗣，亦是“终身之业，万化之源”的良好基础。同时，袁黄也并不忽视女性在生育中的主体作用，他在《知时第七》中提出时机对于生育的重要性，主张要懂得抓住女性每月经期中一日的“氤氲之候”进行交合，如此则一举即中；《成胎第八》阐述女性妊娠成胎以及成胎十个月期间的妇科知识。在《育胎第九》中，袁黄明确指出将不育的责任归咎于女性是舍本求末之举，认为应该男女兼治。他反对用温热猛烈之药治疗男性的不育，因为其虽有一时之效，却会导致真气受伤，无益而有害，而只要用功于聚精、养气、存神之诀，则必有奇效。尽管如此，袁黄并未完全否定方药的功效，他主张应该对症下药用温凉之药，而非执一方面治万病。因此，他在《治病》篇中虽不立方药，却也以大量篇幅杂引十六条妇科病治疗方法以备参考。从医学的角度看，《祈嗣真詮》一书的关键之处在于《聚精》、《养气》、《存神》三篇，清代学者王珠

评价曰：“窃惟医书自孙思邈《千金方》以还，言祈嗣者不下百家，然率皆崇尚方药而已，孰若此聚精、养气、存神之为得其本矣。”（慎斋本《祈嗣真论跋》）在《祈嗣真论》刊刻之后，《聚精》《养气》《存神》三篇被单独抽出，组成《摄生要旨》一书，成为明代养生学的重要著作。

第一，《祈嗣真论》一书充满着浓厚的宗教气息，体现了袁黄“教合一”的宗教信仰。《改过》《积善》以佛家因果报应思想为基础；《聚精》篇讲究清心寡欲，是从道教房中术的角度所作的解释；《养气》篇强调元气的重要性，对道家胎息之法进行较为通俗的解读；《存神》篇则将入台正观法门视为存神要诀，并介绍修习《华严经》《当十法界观》《当理云界观》《事理无碍观》及入台的假、空、中三观。以上三篇是将佛教理论与道家房中结胎之法结合的生育医学。《祈禱》篇则以佛教信仰为中心，收录了白衣观音经咒、随心陀罗尼、准提咒以及祈禱时的像法、坛法、印法、陀罗尼受持法等内容。这部分内容纯粹是佛家语，清代的刻本往往将其一并删去，而仅留篇首数语，如严有禧乾隆己卯刻本、乾隆己亥王氏慎斋刻本。袁黄笃信佛教，并得到云谷、妙峰法师的真传，一生谨遵“诸恶莫作，众善奉行”的训勉，身体力行“功过格”，彭绍升《几居士传》称其“居常诵持经咒，习禅观，且有课程，公私遽冗，未尝暂辍”，足见其虔诚。明末清初学者方孝

标受自身思想立场的影响，因《祈门真詮》一书杂糅佛家、道家思想而认为该书未尽出于袁黄（详见方孝标《光启堂文集·祈门真詮序》），这是缺乏事实根据的。

祝茹穹先生医印
谦益斋外科医案
太医局诸科程文格
古今医家经论汇编
莲斋医意立斋案疏

医史

医学读书志
医学读书附志

综合

元汇医镜
平法寓言
寿芝医略
寿身小补
杏苑生春
医林正印
医法青篇
医学五则
医学汇函
医学集成

医学辩害
医经允中
医钞类编
证治合参
宝命真詮
活人心法
家藏蒙筌
心印绀珠经
雪潭居医约
嵩崖尊生书
医书汇参辑成
罗氏会约医镜
罗浩医书二种
景岳全书发挥
新刊医学集成
胡文煥医书三种
铁如意轩医书四种
脉药联珠药性食物考
汉阳叶舟丛刻医集二种

